

PROGRAM VÅREN 2022



SPF Seniorena Helsingborg

Inflytande
Valfrihet
Livskvalitet

SPF
SENIORERNA
SAM Helsingborg

www.spfsamhbg.se



INNEHÅLL

Om SPF Seniorerna

Ordförande har ordet

SPF Seniorerna Björka – Ödåkra

SPF Seniorerna Kärnan

SPF Seniorerna Möllan

SPF Seniorerna Ringstorp

SPF Seniorerna Rydebäck

SPF Seniorerna Råå - Ramlösa

SPF Seniorerna Sydöstra

SPF Seniorerna Tågaborg

SPF Seniorerna Ättehögen

Ansvarig utgivare SPF Seniorerna Samorganisation Helsingborg

Hemsida :www.spfsamhbg.se

Programmet tryckt av MediapoolPrint

Foto Lars Norling



SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation.

SPF Seniorerna är en pigg och nyfiken organisation för seniorer.

SPF Seniorerna har idag cirka 270 000 medlemmar i 27 distrikt och ca 820 föreningar runt om i landet.

Föreningarna är stommen i vår verksamhet och erbjuder ett rikt utbud av olika aktiviteter som resor och motion, studiecirklar och föredrag, social samvaro och mycket mer.

Att ha rätt försäkringsskydd är en trygghet som vi vill erbjuda alla medlemmar hos SPF Seniorerna. Behovet av trygghet är lika stort även om man inte längre är yrkesverksam. Vi har därför tagit fram ett försäkringserbjudande som är anpassat till SPF Seniorernas medlemmar.

SPF Seniorerna har inte bara social verksamhet. Det andra spåret är att bilda opinion och ta tag i förhållanden som berör oss äldre. Det gör vi till del via SPF Samorganisation (SPF SAM) men även i Kommunala Pensionärsrådet (KPR) tillsammans med andra pensionärsorganisationer. KPR är remissinstans under kommunstyrelsen och deltar i Vård och Omsorgsförvaltningens olika projekt.

Medlemskap i SPF Seniorerna söker du genom att kontakta någon av de föreningar som finns med i detta programblad.

Se mer information på vår hemsida: www.spfsamhbg.se

På hemsidan ovan finns också samtliga SPF föreningar i Helsingborg.

**Välkommen du också som medlem i
SPF Seniorerna.**

Ordföranden har ordet

Hösten 2021 har återhämtningen efter pandemin gripit omkring sig. SPF-föreningarna bedriver åter normal verksamhet och av detta program framgår att verksamheten nästa år kommer att vara intensiv. Vi följer utvecklingen noga och kommer att anpassa verksamheten därefter.

SPF:s verksamhet i Helsingborg drivs av de nio föreningar som är medlemmar i SAM.

Vi i den nya styrelsen är övertygade om att SAM behövs mer än någonsin. SAM är ett organ för att uppträda gemensamt i en rad frågor som att

- driva gemensamma aktiviteter, t ex att underlätta för föreningarna att söka pengar hos Socialstyrelsen för utbildning i mobiltelefoner och IT,
- att driva projektet Tillsammans Mot Ensamhet (TME) så föreningarna stimuleras att driva aktiviteter,
- motverka åldersdiskriminering,
- vara remissorgan för förbundet och distriktet,
- driva äldre frågor i kommunen, regionen och förbundet och utse representanter i Kommunen Pensionärsråd (KPR). Där kan sägas att Arne Cederborg har avgått som ersättare efter många års tjänst. Arne har ersatts av Ingrid Gustavsson som också sitter med i SPF Seniorernas Skånes distriktsstyrelse.

Föreningarna får bättre genomslag och större kraft genom erfarenhetsutbyte mellan föreningarna. SAM är en plattform för föreningarna att stimulera varandra till ännu bättre verksamhet och att föra fram SPF medlemmarnas synpunkter i äldre frågor.

Mats Nilsson

Ordförande i SAM

Månadsmöte våren 2022

Torsdagen den 13 januari

Linsys musik Far o Son underhåller

Torsdagen den 10 februari

Årsmöte Viktigt möte kom och påverka

Torsdagen den 10 mars

Fyra Skägg är en visgrupp som underhåller

Torsdagen den 14 april

Underhållning ej klar meddelar senare

Torsdagen den 12 maj

Underhållning ej klar meddelar senare

Utfärd i Maj månad meddelas senare vart det bär av någonstans

Vi håller vår hemsida uppdaterad och annons i HD på Söndagar i Föreningskontakten

Övriga aktiviteter: promenader, boule, canasta, studiebesök, utfärder, teater.

Ordförande Tommy Larsson tel: 0707726376

e-post: tommy.larsson1946@hotmail.com

Vice Ordf Siv Dahlvid tel: 0721839187

Sekreterare: Britt-Mari Morfelt tel: 0705835429

Kassör: Lars-Olle Pettersson tel: 0708374695

Hemsida: www.spfseniorna.se/bjorka-odakra

Möteslokal:
Fleninge
församlingshem

Västkustvägen 366
25 477 Fleninge

Mötesdag: torsdag
Mötetid: 14:00-17:00

Bankgiro 850-6834

Antal medlemmar 245

Hemsida:
www.spfsamhbg.se

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

27 januari "Rundvandring på Idrottsmuseet"

Rundvandring och visning av museet.

23 februari "ÅRSMÖTE "

24 mars "Tura på Tycho Brahe"

Underhållning av **Lars Hansson** känd från tidigare tura.

20 april "Sofiero – igår, idag och imorgon"

Mårten Stausholm berättar om Sofieros historia, säsongen 2022 och vad som planeras i framtiden.

25 maj "Plötsligt bara händer det"

Thomas Wiehe och Alexis Alnemark underhåller oss med föreställningen "Plötsligt bara händer det!". De kåserar och musicerar över temat "60-plussare".

Vårt fredagscafé på Träffpunkt Söder håller öppet kl. 10.00-11:30.

Måndagscafé på Waynes Coffee kl.14:00.

Övriga aktiviteter: Boule, sångkör, stick-café, luncha på stan, bokcirkel, hjärnkoll, studiecirkel, matlagning, line dance, vattengympa m.m.

Information om resor, utflykter samt teater- och konsertbesök meddelas på medlemsmötena, digitala medlemsbladet och på hemsidan.

Luncha på stan, Tura med Pernille, PUB

Ordförande: Kerstin Hassner Tel: 0705 64 27 43

e-post: ordforande@spfkarnan.se

Sekreterare: Birger Elfström Tel: 0703 43 14 40

e-post: sekreterare@spfkarnan.se

Kassör: Lars Norling Tel: 0708 48 75 57

e-post: kassor@spfkarnan.se

Möteslokal:

Ringstorpsgården

Kurirgatan 1

Mötesdag:

Onsdag: 13:30-16:00

Söndag: 14:30-17:00

Kansli: Kurirgatan 1

fredagar 10:00-12:00

Tel: 0708 48 75 57

Plusgiro: 57 90 23-3

Antal medlemmar 710

E-post:

spfkarnan@telia.com

Hemsida:

www.spfkarnan.se

www.spfsamhbg.se

Facebook:

SPF Seniorerna Kärnan

Helsingborg

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

7 januari kl. 14.00 på Andreasgården

Annika Andersson, Omsorgsdirektör i Helsingborg presenterar vård och omsorg.

4 februari kl. 14.00 på Andreasgården

Mats Ekdahl, boende i Laröd, presenterar **Tore Wretmans** väldoftande verksamhet i kök och matsalar.

4 mars kl. 14.00 på Andreasgården

Årsmöte med någon roande överraskning.

1 april kl. 14.00 på Andreasgården

Kenneth Johansson, trygghetsutvecklare på Länsförsäkringar *informerar om skadeförebyggande åtgärder och vardagsbrottslighet.*

6 maj kl. 14.00 på Andreasgården

Siw Leijon, sångpedagog från Råå, tolkar sångprogrammet "Björn, Mikael och jag" med guldkorn från Mikael Wiehe och Björn Afzelius. Det blir även allsång.

Övriga aktiviteter: Akvarellmålning, Bokcirklar, Boule, Bridge, Canasta, Cirkel för global hållbarhet, Fester, Golf, Konserter, Musikföreläsningar, Naturpromenader, Teater, Utbildning i mobiltelefoner, Utflykter och Vinprovning.

Information om resor, utflykter samt teater- och konsertbesök meddelas i den månatliga bulletinen, på månadsmötena och på hemsidan www.spfsamhbg.se

Anmälan är bindande till teater, konserter, utflykter, fester mm.

Våra arrangemang sker i i samarbete med **Studieförbundet Vuxenskolan.**

Ordförande: Ingvar Löfdahl

Tel: 0706 69 42 36

E-post: Ingvar.lofdahl@telia.com

Sekreterare: Eva Bergstedt

Tel: 0708 43 66 51

E-post: eva_bergstedt@telia.com

Medlemsansvarig: Kerstin Nörgård

Tel: 0707 81 67 79

E-post: kerstin.norgard@outlook.com

E-post till SPF Möllan: spfmollan@spfsamhbg.se

Möteslokal:

Andreasgården Laröd

Mötesdag:

Första fredagen i varje månad kl. 14:00

Tel: 042 16 70 44

Bankgiro 890–3205

Antal medlemmar: 370

Hemsida:

www.spfsamhbg.se

spfseniorerna.se/mollan

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

Program och aktivitetsinformation – våren 2022

Måndag 10 januari

Eskil Jönsson, Musikquiz "Låtarna vi minns".

Måndag 7 februari, Årsmöte

Visunderhållning med VISAVI.

Måndag 7 mars

Glaukumföreningen Syd informerar om
Glaukom - Grön starr! Berör det mig? JA

Måndag 4 april

Underhållning av LINY´s Music.

Måndag 2 maj

Vårfest med vin och snittar. Frågesport.

Medlemmarna välkomnas att delta i våra aktiviteter, t ex
Biobesök, Bokcirkel, Boule, Canasta, Hantverksgrupp,
Lunch på stan, Promenader, Qigong och Teaterbesök.

Kontaktpersoner är:

Ordförande Stig Friberg, stigfriberg1@gmail.com
0768 17 28 13

Vice ordf. Anni Lillhonga, lillhonga.anni@gmail.com
0702 58 77 30

Medlemsansvarig Ingrid Hedlund, ingridhedlund48@gmail.com
0704 99 11 68

Aktuell information på månadsmöten eller på vår hemsida.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

Möteslokal:
Ringstorpsgården
Kurirgatan 1

Mötesdag:
Första måndagen i
månaden kl: 14:00

Plusgiro: 484 37 33-9

Antal medlemmar: 210

Hemsida:
[www.spfseniorna.se/
ringstorp](http://www.spfseniorna.se/ringstorp)
www.spfsamhbg.se

Onsdag 12 januari Melodikryss.....
med Retrodraget

Onsdag 2 februari Årsmöte

Onsdag 2 mars Martin Svensson -
ståuppkomiker underhåller

Onsdag 6 april Nya Zeeland - Sveriges motpol
Naturfotograf Ingmar Skogar
kåserar och visar bildspel.

Onsdag 4 maj Bo Göran Svensson - musiker,
spelman och författare
underhåller med musik och historier.

Möteslokal:
Restaurang Tegel
Rydebäck

Mötesdag:
Onsdag
kl: 15:00 – 17:00

Plusgiro 43163–5

Swish 123 517 57 32

Antal medlemmar 327

Hemsida:
www.spfrydebäck.se
www.spfsamhbg.se

Aktiviteter

Bridge, Gymnastik, Biljard, Bordtennis, Konst & Kultur, Operacafé,
Resor, Utflykter och Teater

Ovanstående arrangemang anordnas i samarbete med Studieförbundet
Vuxenskolan Skåneland.

Mer information lämnas på våra månadsmöten och på hemsidan.

**SPF Rydebäck har även en egen anslagstavla på Träffpunkten och på
Hemköp.**

Ordförande: Mats Nilsson tel: 042-22 32 23 eller 0708 22 32 23
e-post: mln4607@gmail.com

Sekreterare: Jeanette Dahlén tel:0769 45 15 58
e-post: jeanette.dahlen@hotmail.com

Kassör: Marie-Louise Larsson tel: 0702 27 73 56
e-post: ml.larsson@gmail.com

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

Måndag 10 januari.

Sorgerliga saker hände Elvira Madigan - Sixten Sparre och mig barnbarnsbarnet Kathinka Lindhe. En spännande historia.

Måndag 14 februari.

Årsmöte med verksamhetsberättelse, årsbokslut, revisionsberättelse och val av styrelse. Dessutom sittgymna med Pia!

Måndag 14 mars.

Ofattbart att det är vår! En hyllning från SPF-kören Cantus Firmus under ledning av Siw Leijon.

Måndag 11 april.

Helsingborg en stad på gränsen. Pelle Johansson kåserar.

Måndag 9 maj.

Country med mera! Karin och Rickard underhåller.

Månadsmöten med information om resor, teaterbesök, studiecirklar, författaraftnar m.m.

Kaffe och te serveras med gott tilltugg. Lotteri med fina priser!
Annonsering i HD under Föreningar Helsingborg före varje månadsmöte och andra aktiviteter

Övriga aktiviteter:

Bridge, boule, canasta, engelska, bingo, hembygd, körsång, litteratur, studiebesök, vinprovning, teater och resor.

Aktiviteter i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan Skåneland.

Kontakter:

Ordförande; Lena Persson tel.0738 26 26 93

lana.persson.raaaa@gmail.com

Kassör; Lars Vallentin tel.0761 05 88 26

lars.vallentin@telia.com

Webmaster m.m.; Lennart Hansson tel.0705 10 16 99

j.l.hansson@hotmail.com

Möteslokal:
**Allhelgonakyrkans
samlingsal**

Kielergatan 25

Mötesdag:

Andra måndagen i
månaden kl: 14:00

Bankgiro 367–2128

Antal medlemmar 185

Hemsida:

www.spfsamhbg.se

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

Styrelse

Ordförande: Mats Nilsson tel:0708 22 32 23

e-post: mln4607@gmail.com

Sekreterare: Ingvar Löfdahl tel:0706 69 42 36

e-post: ingvar.lofdahl@telia.com

Kassör: Vakant

e-post:

Ledamot: Leif Persson tel:0702 61 19 54

e-post: mac-persson@hotmail.com

Ledamot: Ingrid Gustavsson tel:0737 19 11 04

e-post: ingridmaria.gustavsson@telia.com

Ledamot: Vakant

e-post:

**SPF SAM
Helsingborg**

Kansli:

Kurirgatan 1
254 53 Helsingborg

Tel: 0708 48 75 57

Bankgiro 5885–6956

Organisations nr:

843002–0720

Hemsida:

www.spfsamhbg.se

KPR-gruppen 2019–2022

Ordförande Björn Falkenström tel: 0708 51 80 26

e-post: bjorn.falkenstrom@gmail.com

Ledamot Ingrid Gustavsson tel:0737 19 11 04

e-post: ingridmaria.gustavsson@telia.com

Distriktsstyrelsen Skånedistriktet

Ledamot: May Öberg tel: 0761 18 28 04

e-post: may-inge.oberg@telia.com

Ledamot: Ingrid Gustavsson tel: 0737 19 11 04

e-post: ingridmaria.gustavsson@telia.com

SPF Seniorerna Skånedistrikt och Förbundskansli

Skånedistriktet

Västergatan 15, 243 31 Höör tel. 0413-291 14

Förbundskansliet

Box 325 74, 104 22 Stockholm tel: 08-692 32 50

E-post till SPF SAM: spfsamhelsingborg@spfsamhbg.se

10 januari "Änglamakerskan"

Kristian Graah-Hagelbäck berättar om Hilda Nilssons tragiska levnadsöde. **Lotteri.**

14 februari ÅRSMÖTE, Christian Olsson underhåller efter årsmötet med sång och musik .

14 mars "Sundets röda nejlikor" Conny Palmkvist om hur svensk polis och Helsingörs syklubb räddade danska flyktingar under andra världskriget.

11 april "Skånsk vår" Jarl von Scheele visar bilder och berättar om skånsk vår och försommar.

9 maj "Traditionell Våravslutning"

Senior Singers underhåller under ledning av Ylva Tälund. **Lotteri.**

Tag gärna med en vän till våra möten!

Under våren planerar vi även ett besök på **Helsingborgsrevyn**, en **Tura**, besök på **Luffarmuseet** med hyttill i Boda och besök på **Helsingborgs skolmuseum**.

Vi har också **boule, bowling, canasta** och **qigong**.

Kulturhistoriska vandringar ordnas varje måndag från maj till september.

Information om alla våra aktiviteter lämnas på månadsmötena, annonser i HD och vår hemsida.

Arrangemang sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan Skåneland.

Ordförande: Sven Lindström tel: 0706-549762

sven-lindstrom@hotmail.se

Sekreterare: Christl Norén tel: 0703-724456

christl.noren@gmail.com

Kassör: Kerstin Ericsson tel: 0704-795751

k-ericsson@hotmail.com

Möteslokal:

**Bårslövs
Församlingsgård**

Mötesdag:

Måndag Kl.14:00

Bankgiro:

246-6910 allmänt

246-6894 resor

Antal medlemmar: 211

Hemsida:

www.spfsydostra.se

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

10 januari. Stadsarkitekt Konrad Ek berättar om Helsingborg i utveckling

14 februari. Årsmöte

14 mars Lennart Rasmusson berättar om Flykten över Öresund. Vi får höra om de danska judar som tog sig över sundet under andra världskriget.

11 april. History underhåller oss med musik

9 maj Ellen Skarp ger oss tips på böcker, som vi kan läsa i hängmattan

Aktiviteter

Teaterresa den 26 februari till Kristianstad. Vi kommer att se Fantomen.

Utflykt till våren, bridge, boule, litteraturcirkel, studiecirkel om Helsingborg vinprovning, studiecirkel vegetarisk kost, promenader

Övrig information

Mer och aktuell information på månadsmötena samt annonsering i Helsingborgs Dagblad. Läs under föreningar i B-delen två söndagar före varje månadsmöte.

Alla arrangemang sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan Skåneland

Ordförande: Ewa Walméus tel.0725 54 28 22 ewa.walmeus@telia.com

Sekreterare: Katarina Glad tel.0702 09 60 22 gladkatarina@gmail.com

Vice ordförande: Eva Jonsson tel. 070 914 14 15 ejo@biodev.se

E post: info@spftagaborg.se

Tag gärna med en vän till våra möten

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA

Möteslokal:
Träffpunkt Tågaborg
Tågagatan 32

Mötesdag: Andra
måndagen kl: 16:30

Plusgiro 81 25 49-4

Bindande föransmälan
gert.walmeus@telia.com
Tel. 0703 29 54 40

Vår telefonsvarare
0721 64 87 75

Swish: 1 231 674 449

Antal medlemmar 315

Hemsida:
www.spftagaborg.se
www.spfsamhbg.se

Torsdag 20 januari

JP (Pensionerad busschaufför) och hans fru Monica berättar, spelar och sjunger.

Torsdag 17 februari

14.00 - Bodil Jönsson berättar om sina böcker och om ålderismen som breder ut sig i vårt samhälle.

Torsdag 17 mars

Årsmöte för medlemmar
Meteorolog Mats Andersson berättar om det vi alla älskar att prata om.

Torsdag 21 april

Mats Nilsson underhåller med Quiz.

Fredag 20 maj

17.00 - Vårfest, "I Afton Dans" med klassisk dansmusik - Vi äter Flygande Jakob och chokladpudding

Möteslokal:
Ätekullagatan 6

Mötesdag
Tredje torsdagen i månaden
kl: 14.00 – 16.00

Bankgiro: 5846–2029

Antal medlemmar: 165

Hemsida:
www.spfsamhbg.se

Övriga aktiviteter

Boule och Canasta året runt, bingo, promenader och grillkvällar.

Ordförande & Reseombud: Lena Windfäll

Tel. 0703 50 32 76 - lena.windfall@gmail.com

Sekreterare: Rolf Malmström:

Tel. 0768 54 91 19 - newhaven358@gmail.com

Kassör: Gun Håkansson

Tel. 042-12 10 85 el. 0766 78 73 05 - gun.hakansson46@gmail.com

Teater: Birgitta Larheim

Tel. 0739 93 93 60 - b.larheim@live.se

Ledamot & Vice ordförande Hans Holst

Tel. 0739 82 08 58 - hansholst@hotmail.com

Ledamot Anne-Marie Söder

Tel. 0730 78 54 90 - soder.anne.marie@gmail.com

Ledamot Calle Svensson

Tel. 0738 34 72 00 - callesvensson44@gmail.com

Vi ser gärna din anmälan till våra månadsmöten.

Notera att alla "Övriga aktiviteter" är bindande.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA